

## AUSILI PER LE ATTIVITA' SPORTIVE



Daniela Facchinetti-Terapista Occupazionale  
Ausili per l'autonomia e la partecipazione  
Conegliano-07/09/2019

Si fa risalire l'inizio della pratica sportiva delle persone disabili alla fine della seconda guerra mondiale: nel 1944, in Inghilterra, il neurologo Ludwig Guttman, vede per la prima volta nello sport un'efficace attività riabilitativa.

Il prof. Guttman utilizza il tiro con l'arco, il gioco delle bocce e successivamente il basket in carrozzina quali attività sportive per pazienti con amputazioni e lesioni midollari, permettendo al disabile di potenziare maggiormente l'equilibrio del corpo e il controllo della carrozzina.

Grazie ai risultati ottenuti il 28 luglio del 1948 viene inaugurata a Londra la prima edizione dei "Giochi di Stoke Mandeville", riservati ad atleti in carrozzina.

Quattro anni dopo nascono, sempre in Gran Bretagna, i primi "Giochi Internazionali per Disabili". Nel 1960, l'Italia, che ospita le Olimpiadi a Roma, è promotrice dei primi "Giochi Paralimpici", che vedono la partecipazione di 400 atleti provenienti da 23 nazioni diverse. Nel 1992 la città svedese di Ornskoldsvik organizza le Olimpiadi Invernali e inaugura la prima edizione invernale delle Paralimpiadi.

Nello 1981 la Fisha ottenne l'adesione al Coni, compiendo il primo significativo passo verso il riconoscimento dell'attività sportiva svolta dalle persone con disabilità. Sei anni dopo, nel 1987, il Comitato Olimpico decretò il riconoscimento giuridico della Fisha ed il suo ingresso nell'olimpo delle Federazioni Sportive Nazionali. Il Presidente della Fisha (che estendeva la sua competenza anche in materia di disabilità mentale) entrò, così, di diritto nel governo dello sport nazionale rappresentando anche la Fics (Federazione Italiana Ciechi Sportivi) e la Fssi (Federazione Sportiva Silenziosi Italiana). La costituzione della Federazione Italiana Sport Disabili avvenne nel novembre del 1990, risultante quindi dall'unificazione volontaria delle tre federazioni sportive competenti in materia di handicap: la Fisha (Federazione Italiana Sport Handicappati), la Fics (Federazione Italiana Ciechi Sportivi) e la Fssi (Federazione Italiana Silenziosi d'Italia). Lo Stato ha attribuito compiti aggiuntivi alla FISHD individuandola quale Comitato Italiano Paralimpico (CIP) (Legge n. 189 del 15 luglio 2003 ed il successivo decreto di attuazione della Presidenza del Consiglio dei Ministri dell'8 aprile 2004)



3

- Le categorie paralimpiche vengono determinate dall'[IPC, International Paralympic Committee](#), sono definite per ogni sport e ne formano parte del regolamento stesso.
- Si differenziano quindi a seconda della **patologia**, del **grado di disabilità** e delle **funzionalità fisiche dell'atleta**. All'interno di ogni categoria possono essere presenti vari livelli della stessa disabilità, ma con uguale profilo funzionale (ossia le reali capacità tecnico-tattiche dell'atleta) che ne permettono il confronto sportivo e la competizione.
- La classificazione determina chi è eleggibile e chi non lo è, per competere in una disciplina paralimpica. Originariamente furono individuati e distinti sei gruppi di disabilità all'interno del movimento paralimpico:
- **amputati**;
- **cerebrolesi**;
- **persone con infortuni o danni spinali** (paraplegici e tetraplegici, poliomelittici, persone con spina bifida e più in generale persone in carrozzina);
- **persone con menomazioni visive** (ipovedenti e non vedenti);
- **persone con disabilità intellettiva**;
- **les autres** (dal francese "gli altri", tutti coloro che non rientrano nelle categorie sopra citate).





- I primi sistemi di classificazione, però, erano basati sull'aspetto medico, considerando lo sport un'estensione del processo riabilitativo. Gli atleti ricevevano una specifica classe basata sulla diagnosi medica per tutte le discipline sportive. Con il passare degli anni lo sport paralimpico diventa un movimento con una sua identità, non più solo uno strumento riabilitativo. Da questo nasce l'esigenza di rendere le competizioni più eque possibili e di conseguenza viene messo in discussione il sistema di classificazione: i principali fattori che determinano la classe di appartenenza spostano l'attenzione su come **l'impedimento della persona ha impatto sulla performance sportiva**. Le prime visite di idoneità vennero fatte per **le Paralimpiadi di Seul 1988** e nel 2007 l'**IPC, International Paralympic Committee**, approva due documenti ufficiali con lo scopo di portare coesione al sistema di classificazione. Vengono definiti i criteri di eleggibilità in base all'**Impairment, ossia l'impatto che la disabilità ha sullo sport**.

## CLASSIFICAZIONI

Ad oggi esistono **10 tipi di impedimento eleggibili** per lo sport paralimpico, suddivisi in **tre grandi gruppi**:

**Disabilità motorie**, che comprendono gli impedimenti neuromuscoloscheletrici:


- **diminuzione della forza;**
- **diminuzione del range di movimento;**
- **deficienza degli arti, ossia le amputazioni;**
- **differente lunghezza degli arti;**
- **ipertonia**, ossia anomali aumenti della tensione muscolare e una ridotta capacità nell'allungare il muscolo.
- **atassia**, ossia la mancanza di coordinazione nei movimenti;
- **atetosi**, ossia movimenti incontrollati con difficoltà a mantenere una postura stabile;
- **bassa statura**, ossia il nanismo.

Disabilità visive.

Disabilità intellettive.



- *Atletica Leggera*
- *Basket in carrozzina*
- *Biathlon*
- *Boccia*
- *Calcio a 5*
- *Calcio a 7*
- *Ciclismo*
- *Equitazione*
- *Nuoto*
- *Para-Canoa*
- *Para-Rowing (canottaggio)*
- *Pesistica*
- *Rugby in carrozzina*
- *Scherma in carrozzina*
- *Sci Nordico e Alpino*
- *Tennis in carrozzina*
- *Tennistavolo*
- *Tiro a segno*
- *Tiro con l'arco*
- *Vela*



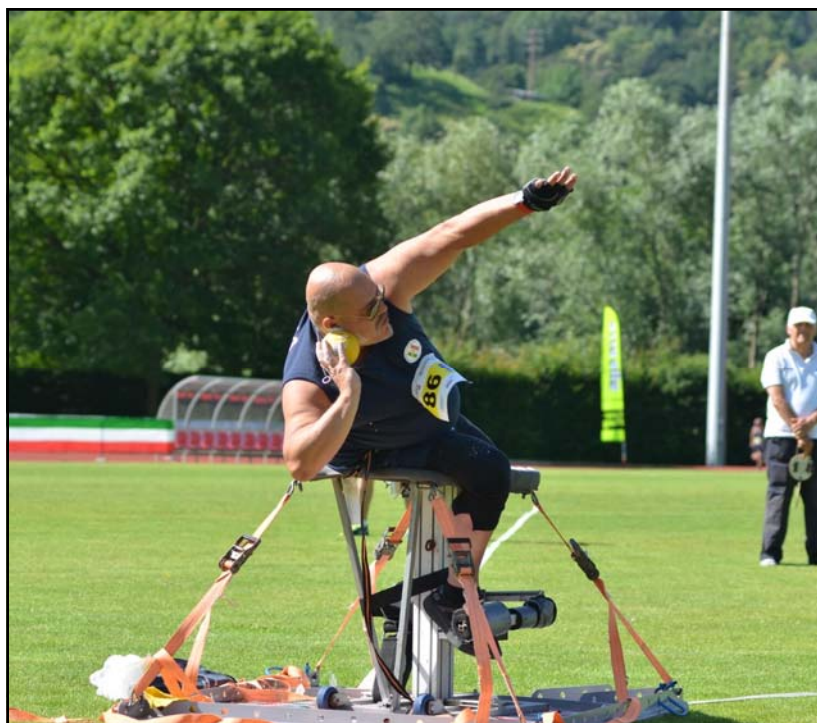
## ATLETICA LEGGERA

- 
- 
- 
- 

Corsa  
Salti  
Lanci



## ATLETICA LEGGERA



## ATLETICA LEGGERA



- Corsa
- Salti
- Lanci



## ATLETICA LEGGERA



Corsa

Salto

Lanci



## BASKET IN CARROZZINA







## ICE SLEDGE HOCKEY

### Storia

L'hockey su ghiaccio su slittino è stato ideato in un centro di riabilitazione di Stoccolma all'inizio degli anni Sessanta da un gruppo di disabili svedesi. Sono stati proprio questi pionieri a realizzare una slitta con una struttura metallica modificata provvista di due lame da hockey di dimensioni regolamentari, che permettevano al disco di passare al di sotto.

Gli atleti, adagiati su uno **slittino** posto quasi all'altezza del ghiaccio, sono dotati di **due stecche (stick)** più corte rispetto a quelle classiche con cui possono, contemporaneamente, **spingersi** sul terreno di gioco e **colpire il dischetto (puck)**.

Discorso a parte, come detto, per il ruolo del **portiere**: la sua zona di movimento è limitata **all'area di rigore** e la sua attrezzatura si compone di un solo stick e di un guanto (pinza) con cui poter afferrare il **puck**.





## ICE SLEDGE HOCKEY



17

## WHEELCHAIR HOCKEY

Tutti gli atleti utilizzano come ausilio una carrozzina a guida elettrica con un minimo di 4 ruote e un massimo di 6, incluse un massimo di 2 ruote antiribaltamento. Questa deve essere priva di parti contundenti sporgenti e tutte le sue parti, tranne le ruote (cioè: solo le parti ruotanti che sono a contatto col pavimento non l'asse o altre parti) e le ruote antiribaltamento dovranno essere ad una altezza tale da permettere il libero passaggio della pallina.

Per gli atleti che non riescano a colpire la palla per mezzo della propria forza muscolare è previsto l'utilizzo di un ausilio specifico: lo stick. Lo Stick dovrà essere attaccato davanti alla carrozzina e deve avere una base e può avere due alette laterali. Come per la mazza dev'essere costituito da materiale sintetico e non trasparente fatta eccezione per le giunture che collegano le alette laterali alla base e lo stick alla carrozzina, le quali possono essere in metallo o alluminio. Le parti delle giunture fuori dalla base (attacco tra stick e carrozzina) dovranno essere ad una altezza tale da permettere il libero passaggio della pallina. La base dovrà avere una lunghezza massima di 30 cm, altezza minima di 9,5 cm e massima di 10 cm e lunghezza minima, a partire dalla parte anteriore, di 20 cm. Sia la base sia le alette laterali dovranno avere uno spessore massimo di 1 cm. La curva della base, come per la mazza, non dovrà superare i 3 cm.



18

## WHEELCHAIR HOCKEY

È obbligatorio giocare con una protezione laterale posta tra le due ruote (anteriore e posteriore) ed è permesso l'utilizzo di protezioni intorno alla carrozzina per proteggere il giocatore e/o la carrozzina stessa. Tutti i giocatori devono indossare dei parastinchi durante il gioco a meno che non consegnino agli arbitri un certificato medico o una autocertificazione che motivi la volontà di non rispettare tale obbligo. È permesso giocare con coperture di protezione attorno a piedi e gambe per proteggerle. Tali protezioni devono essere imbottite e il loro utilizzo non esenta dall'utilizzo dei parastinchi.

Gli atleti che riescano a colpire la pallina utilizzando la forza del braccio utilizzano una mazza fatta di materiale sintetico non trasparente.



19

## WHEELCHAIR HOCKEY



20

## CICLISMO

Si utilizzano biciclette, tricicli, tandem per i non vedenti che gareggiano con un vedente, handbike che permettono il movimento dei pedali con le mani. Le gare sono individuali e a squadre, su pista e su strada, e sono di velocità, inseguimenti individuali, prova a cronometro di 1 km, prove a cronometro su strada.

### Storia

Negli anni '80 hanno iniziato a praticare ciclismo su strada gli atleti con disabilità visiva. Nel 1984 hanno partecipato ai Giochi Internazionali per i Disabili anche atleti con diverse disabilità. **L'ingresso alle Paralimpiadi del ciclismo su strada è avvenuto nel 1988 a Seul, mentre le gare di ciclismo su pista sono state inserite nei Giochi Paralimpici di Atlanta del 1996.** E' praticato in più di 40 paesi nel mondo.



21

## CICLISMO



22

CICLISMO

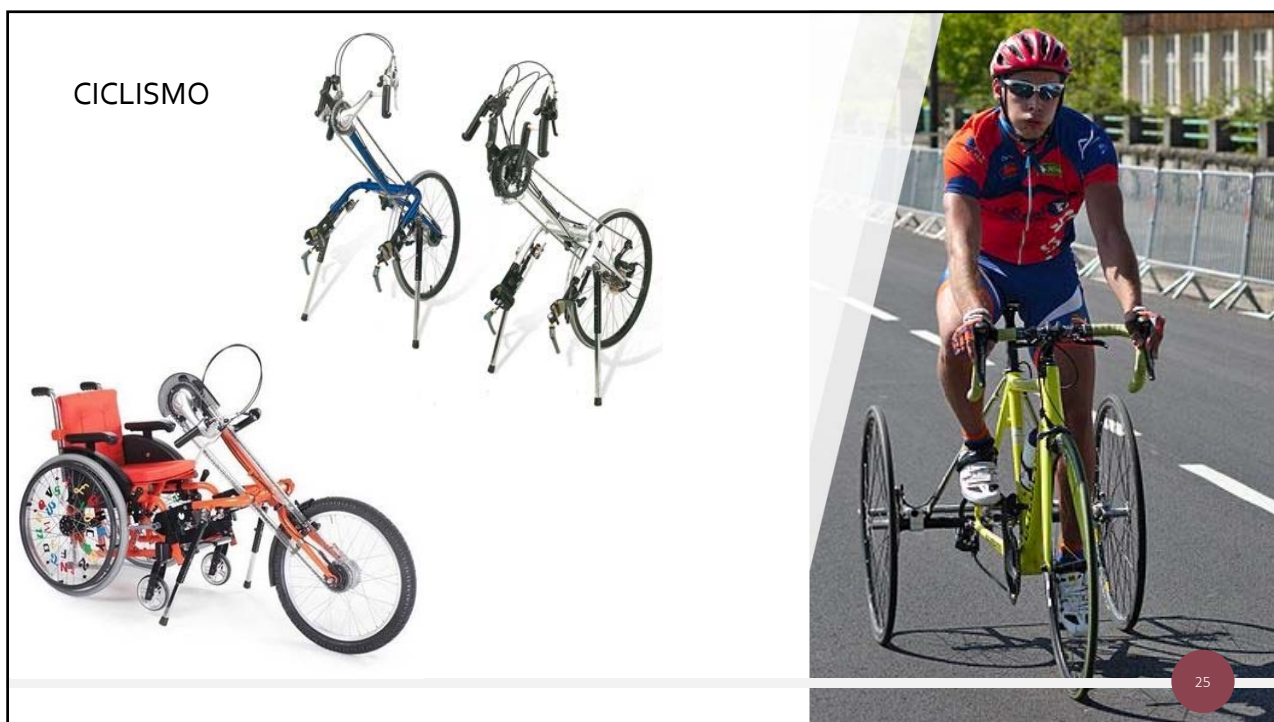


23

CICLISMO



24



SCHERMA



27

TENNIS



28

## TENNIS

A differenza del tennis tradizionale ai giocatori sono concessi due rimbalzi della palla. La partita si gioca tra due o quattro giocatori. Il progresso della tecnologia porta continui miglioramenti alla leggerezza e alla manovrabilità della carrozzina così come al materiale delle racchette. E' concesso l'utilizzo di un nastro che fissi la racchetta alla mano.

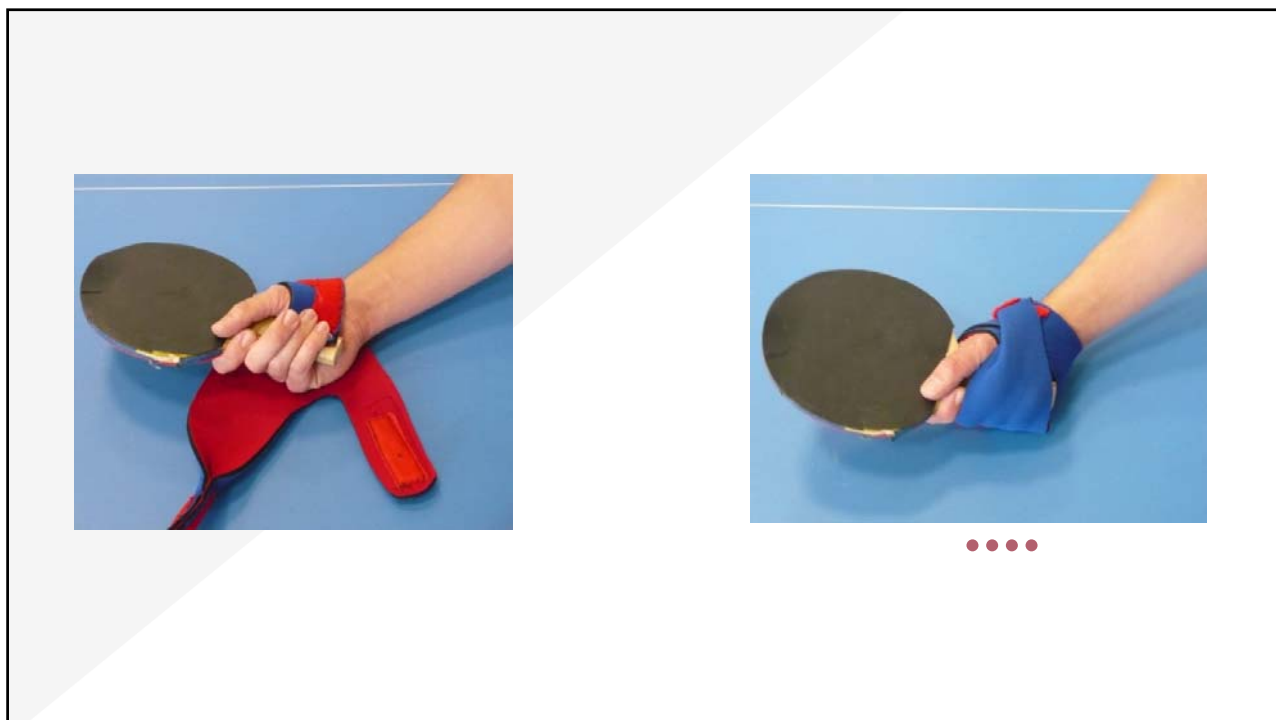


29

## TENNIS TAVOLO



30



## TENNIS TAVOLO







33

## SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD

Si svolgono gare di discesa, SuperG, slalom gigante e speciale. I non vedenti hanno una guida, che può avere un megafono sulla schiena. Nella categoria sitting si utilizza il "monosci", una specie di carrozzina fissata a un solo sci, con racchette che finiscono in piccoli sci.

Nello sci nordico gli atleti sitting utilizzano lo stesso attrezzo usato nello sci alpino, ma con un doppio sci da fondo.

### Tecnologia e attrezzature

Gran parte degli elementi dell'equipaggiamento sono gli stessi dello sci alpino tradizionale. Le principali differenze si riscontrano nell'uso di stabilizzatori al posto dei bastoncini in caso di disabilità a un arto inferiore e di monosci per atleti con disabilità agli arti inferiori. Il monosci è caratterizzato da apposita seduta fissata a un meccanismo ammortizzante e inseribile su un solo sci per mezzo dell'attacco di sicurezza; due stabilizzatori vengono utilizzati per il mantenimento dell'equilibrio.



34

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



35

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



36

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



37

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



38

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



• Bass board

39

SCI ALPINO, NORDICO E SNOWBOARD



40

## BIATHLON

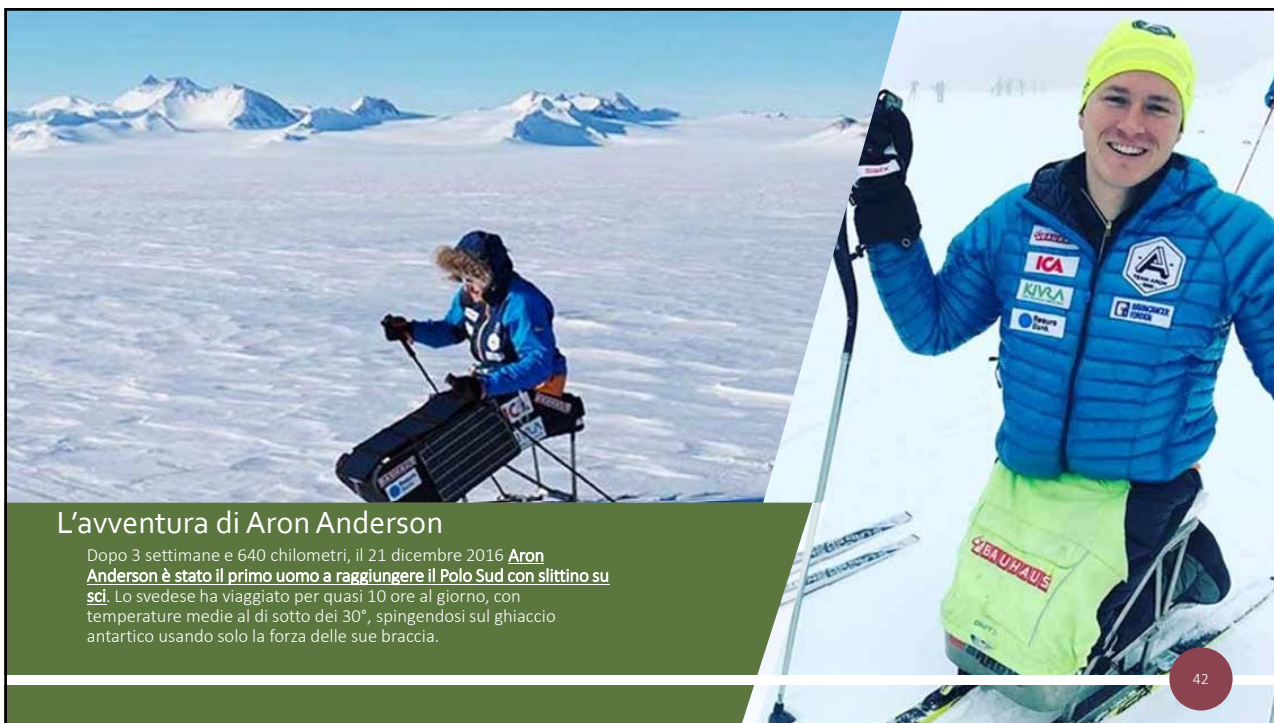
Nello sci nordico sono comprese gare di sci di fondo e di biathlon. Gli atleti sitting utilizzano lo stesso attrezzo usato nello sci alpino, ma con un doppio sci da fondo. I non vedenti gareggiano con una guida e nel biathlon utilizzano fucili collegati a occhiali elettro-acustici con un sistema optronico.

### Tecnologia e attrezzature

Nel biathlon, per la categoria dei non vedenti, il fucile sarà dotato di visori elettro-acustici (sistema a fibre ottiche), che consentono di prendere la mira attraverso l'udito. Più il fucile punta al centro del bersaglio, più intenso è il segnale acustico che viene irradiato nelle cuffie indossate dall'atleta. I diversi segnali emessi muovendo il fucile permettono al tiratore di individuare il centro del bersaglio.



41



### L'avventura di Aron Anderson

Dopo 3 settimane e 640 chilometri, il 21 dicembre 2016 **Aron Anderson è stato il primo uomo a raggiungere il Polo Sud con slittino su sci**. Lo svedese ha viaggiato per quasi 10 ore al giorno, con temperature medie al di sotto dei 30°, spingendosi sul ghiaccio antartico usando solo la forza delle sue braccia.

42



43



44

## CURLING PARALIMPIADI

Il curling è un gioco a squadre che si pratica su un campo ghiacciato ed è concettualmente simile al gioco delle bocce. Consiste nel far scivolare blocchi di pietra dotati di manico, detti stones, in modo che si arrestino il più vicino possibile al centro di un bersaglio disegnato sul ghiaccio (house). I giocatori lanciano la stone da una carrozzina sistemata vicino alla linea centrale di gioco. Ogni giocatore lancia due stones, alternandosi con il suo diretto avversario. Il lancio può essere effettuato attraverso il tradizionale movimento di braccio e mano o mediante l'uso di un apposito manico estensore.

### Tecnologia e attrezzature

Sotto il profilo dell'equipaggiamento la differenza sostanziale tra il curling in carrozzina e quello per atleti normodotati è l'impiego della carrozzina stessa. Il blocco può essere lanciato normalmente con la mano o utilizzando una stecca. L'introduzione della stecca (la cui estremità è fissata al manico del blocco per essere spinta) ha permesso agli atleti con disabilità più gravi di praticare il curling su campi di gioco allo stesso livello.



45

## VELA

Sono previste tre gare, per uomini e donne: Keelboat singolo (2,4 mR), Keelboat a due persone (da determinare), Keelboat a tre persone (Sonar). I Keelboat singoli e a tre persone sono aperti alla maggioranza delle categorie di disabilità, mentre la gara a due è studiata appositamente per atleti con disabilità più gravi.

Cambia l'attrezzatura: le barche hanno delle chiglie che aumentano notevolmente la stabilità e quartieri di poppa aperti per consentire spazio maggiore; nei Keelboat 2,4 mR il timone si trova a mezza nave con una distanza ravvicinata a tutti gli strumenti. La classe Sonar ha una chiglia fissa, una lunghezza di 7 m e un peso di 950 kg.



46

VELA



47

VELA







49

## CANOTAGGIO



50

## GOALBALL - TORBALL

Non ha il corrispondente nei Giochi Olimpici ed è solo per disabili.

Il gioco consiste nel far rotolare la palla nella porta avversaria, mentre i giocatori avversari cercano di bloccarla con il loro corpo. I giocatori sono orientati da campanelli posti all'interno della palla che ne indicano la direzione. E' quindi necessario l'assoluto silenzio del pubblico per permettere la concentrazione dei giocatori. Gli atleti sono uomini e donne con disabilità visiva e indossano mascherine per garantire equità di condizione fra i partecipanti. Ogni squadra ha tre giocatori in campo e un massimo di tre riserve. Tutte le linee di demarcazione del campo di gioco, un rettangolo 18x9, sono tattili. La durata della partita è di venti minuti in due tempi



51

## DANZA SPORTIVA



52

